

ESCALOPE AU FROMAGE ET CHOU-FLEUR GRATINÉ

INGRÉDIENTS

1 paquet d'escalope au fromage
Garden Gourmet

1 petit chou-fleur

150 g de fromage râpé

3 càs de farine

2 càs de panko

2 càs de beurre

300 ml de lait

Une pincée de muscade

Quelques feuilles de sauge

Poivre et sel

 2 PORTIONS

 55 MIN

 FACILE

Essaye notre nouvelle recette de gratin de chou-fleur avec notre escalope au fromage Garden Gourmet.

PRÉPARATION

1. Cuire le chou-fleur al dente

Couper le chou-fleur en bouquets et faire bouillir dans l'eau jusqu'à ce qu'il soit al dente

2. Faire la sauce au fromage

Prépare la sauce au fromage en faisant fondre le beurre dans une casserole. Ajouter ensuite la farine au beurre et remuer au fouet jusqu'à consistance lisse. Ajoute le lait en remuant et laisse épaissir la sauce.

3. Ajouter le fromage et assaisonner la sauce

Ajouter la moitié du fromage à la sauce et remuer jusqu'à ce que le fromage soit complètement fondu. Assaisonner de noix de muscade, de sel et de poivre.

4. Mettre les bouquets de chou-fleur avec la sauce au fromage au four

Préchauffe le four à 200 degrés. Prendre un plat allant au four et l'arroser d'huile d'olive. Placer les bouquets de chou-fleur dans le plat allant au four, verser dessus la sauce au fromage, saupoudrer du reste du fromage et du panko.

5. Attendre 20 minutes

Cuire le chou-fleur au four pendant 20 minutes ou jusqu'à ce que le chou-fleur soit doré.

6. Cuire l'escalope au fromage

Pendant ce temps, faire chauffer un peu d'huile dans une poêle et faire revenir les escalopes au fromage selon les instructions sur l'emballage.

7. Répartir et terminer !

Répartir le gratin de chou-fleur et les escalopes de fromage sur les assiettes. Décorer de quelques feuilles de sauge et servir aussitôt

**RETROUVE D'AUTRES RECETTES SUR
GARDENGOURMET.BE/FR**